

Les limites du fait de donner du sens au travail

- Le sens que chacun donne à son travail peut avoir des **effets positifs ou négatifs sur sa santé mentale et sur son engagement envers l'organisation.**
- L'environnement de travail est un **déterminant majeur de la santé mentale** d'une personne et est à l'origine d'une partie importante des maladies dites de civilisation.
- La question est de savoir si ces maladies sont nécessaires pour assurer le bon fonctionnement de notre économie. S'agit-il en d'autres termes du prix à payer pour assurer la productivité de nos entreprises?

À cette interrogation, il faut fort heureusement répondre par la négative, mais l'augmentation de la productivité des entreprises passe par l'augmentation de la charge de travail de bon nombre de travailleurs et de travailleuses et l'impossibilité pour eux de toujours donner du sens aux tâches effectuées.

Donnons du sens à notre vie et à notre travail!

On travaille pour une entreprise, pour un salaire, pour une promotion, pour payer l'hypothèque, pour faire vivre ses enfants, pour acheter une piscine. On travaille pour ... La carotte au bout du bâton. Une drogue dont le dosage doit sans cesse augmenter. On fonctionne par stimuli-réponse, comme le chien de Pavlov. Et on finit - comme le chien de Pavlov ! - par ne plus sentir le choc électrique, aussi intense soit-il.

Et si on travaillait «parce que» plutôt que «pour»? Dans ces deux petits mots, on voit apparaître la notion de sens. «Carl Jung disait que la possibilité de donner un sens à quelque chose permet de supporter presque tout, et que l'absence de sens conduit à la maladie», rappelle Serge Marquis, qui a écrit une fable sur ce thème dans son livre *Bienvenue parmi les humains*.

La Truite et le Clochard raconte l'histoire d'un sans-abri rejeté par tous, y compris par ... les poubelles. Devant cet échec, le malheureux doit faire un choix: pleurer sur son triste sort ou travailler à sa propre réalisation. Il décide de se consacrer à la dépollution d'une rivière parce qu'il sait qu'ainsi il pourra se sentir utile. Morale de l'histoire? **C'est en nous engageant dans un projet qui nous ressemble, et sur lequel nous avons un certain contrôle, que nous pouvons trouver un sens à notre vie.**

Références :

Association canadienne pour la santé mentale (1999), Dossiers, Donner du sens à sa vie, <http://www.acsm.qc.ca>